



## BEWEGUNG FÜR MICH

### Betriebskegelmeisterschaften 2011

In einem spannenden Finale konnten **Bäckerei Bendl** bei den Herren und **Volksbank** bei den Damen das Finale für sich entscheiden.



Das Betriebskegelmeisterschaftsfinale der Damen und Herren wurde am 26. November 2011 durchgeführt.

Qualifiziert haben sich bei den Herren die 5 Erstplatzierten der Gruppe 1, die 3 Erstplatzierten der Gruppe 2, 3 und 4.

Bei den Damen haben sich die 3 Erstplatzierten der Gruppe 1 und 2 qualifiziert.

Bei den Damen siegte die Mannschaft der **Volksbank** (805 Kegeln) vor **Hackl's Tore** (776 Kegeln) und den **Turnerinnen der Sportunion** mit 761 Kegeln. Die weiteren Plätze belegte Ara Bau, Installateur Böhm und Haar & Nagelstudio Maria.

Bei den Herren kämpften 14 Mannschaften um den Gesamtsieg. Als Sieger ging **Bäckerei Bendl** (880 Kegeln) hervor.



die siegreiche Herrenmannschaft mit den Leiterinnen der Meisterschaft **Sonja Prohaska** und **Maria Wenko**; Bgm. **DI Anni Steindl** und Präs. **Karl Biedermann**

Die weiteren Plätze belegte **Fa. Lahofer** (868 Kegeln) und **Gasthaus Reich** (846 Kegeln).

### 20 Jahre Betriebskegeln

Am 26. u. 29.10. fand auf der Sportkegelbahn des Union Sportzentrums das Jubiläumsturnier „20 Jahre Betriebskegelmeisterschaft“ statt. 9 Damen- und 15 Herrenmannschaften folgten der Einladung.

Im Jahr 1987 wurde in nur 6-monatiger Bauzeit, unter Mithilfe von zahlreichen UNION Mitgliedern, die Tennishalle des UNION Sportzentrums in Wolkersdorf errichtet. An manchen Tagen waren bis zu 50 freiwillige Helfer auf der Baustelle. 4 Jahre später wurde das Sportzentrum um vier vollautomatische Sportkegelbahnen erweitert und von LH Dr. Erwin Pröll eröffnet.

Der damalige Geschäftsführer **Emerich Prohaska** organisierte noch im selben Jahr die ersten Betriebskegelmeisterschaften, an der 8 Damen und 12 Herrenmannschaften teilnahmen. In den darauffolgenden Jahren stieg die Teilnehmerzahl auf bis zu 40 Mannschaften an. **Gerhard Müller** und **Florian Kreiner** leiteten in den letzten Jahren die Meisterschaften sehr erfolgreich. Seit heuer wird die Betriebskegelmeisterschaft, an der 10 Damen- und 29 Herrenmannschaften teilnahmen, von **Sonja Prohaska** und **Maria Wenko** geleitet.

Das Damenturnier konnte die **Volksbank** mit 782 Kegeln für sich entscheiden.

Bei den Herren setzte sich **Fliesenmann** mit 857 Kegeln durch.

JÄNNER 2012

#### INHALT

Weiterbildung wird bei der **SPORTUNION Wolkersdorf** groß geschrieben

Seite 2

**Wolkersdorfer Senioren** am herbstlichen **Michelberg**

Seite 3

Gemeinsame **Weihnachtsfeier** der **SPORTUNION Wolkersdorf**

Seite 4

„**Abenteuer in der Schlossparkhalle**“ - ein toller Event beim **Wolkersdorfer Herbstlauf 2011**

Seite 4

#### UNION-SPORTZENTRUM



# WEITERBILDUNG wird in der Sportunion Wolkersdorf groß geschrieben

Sowohl unsere Übungsleiterinnen im Gesundheitssportbereich als auch die Trainer und ÜbungsleiterInnen in Taekwondo nahmen an Fortbildungsveranstaltungen teil.

## Fit für Österreich Kongress in Saalfelden

Jedes Jahr nehmen unsere Trainerinnen unter der Leitung von Christl Pfaffl an diesem Kongress teil.

Diesmal gab es verschiedene Fortbildungsmodulare zur Auswahl. Sehr interessant war "Med. Iron": Für Menschen, die sich nach einer Reha oder nach langer Zeit ohne Sport, ihre Muskulatur wieder aufbauen müssen. Ein weiteres Angebot war "Antara": Ähnlich und doch wieder nicht wie Pilates, aber spannend. Als Draufgabe war dann noch „Flexipaar“ dran mit XCO (Spezialhanteln). Am Sonntag stand noch zum Ausklang "Feldenkrais" am Programm, das zwar nicht so actionreich, aber sehr interessant war.



v.links: Gabi Beil, Elfi Wiesinger, Christl Pfaffl, Christa Kräuter

## Olympisches Wettkampf- Taekwondo in Wolkersdorf

Diesmal gab es eine überaus interessante Weiterbildungsveranstaltung für olympisches Wettkampf-Taekwondo in Wolkersdorf. Mit Martin Achaz und Mag. Robert Kolerus konnten zwei hervorragende Referenten für diese Veranstaltung gewonnen werden. Zahlreiche Aktive aus den Niederösterreichischen UNION Vereinen waren der Einladung gefolgt.



Mag. Robert Kolerus (3. v. rechts), Martin Achaz (8. v. rechts)

**Martin Achaz** gehört zu den erfolgreichsten Wettkampftrainern Österreichs. Die von ihm betreuten Sportler konnten schon vielfach mit guten Leistungen national und international auf sich aufmerksam machen. Martin Achaz lieferte im ersten Teil des Workshops viele Anregungen für eine zeitgemäße technisch taktische Arbeit im Trainingsprozess. **Robert Kolerus**, Sportpsychologe und ehemaliger Weltklassesportler, thematisierte in seinem Teil die psychischen Aspekte.

+++VORSCHAU+++VORSCHAU+++VORSCHAU+++VORSCHAU+++VORSCHAU+++VORSCHAU+++

## Fortbildungskurs für Step-Aerobic

**Termin:** 18. Februar 2012, 09:00 - 17:00 Uhr

**Ort:** UNION Sportzentrum Wolkersdorf  
Gymnastikraum

Teilnehmerinnen min 3 / max 10

Anmeldungen unter: [b.ungrad@sportunion.at](mailto:b.ungrad@sportunion.at)

# Wolkersdorfer Senioren am herbstlichen Michelberg

Zweimal im Jahr bricht die Gruppe „Lebensfreude“ der SPORTUNION Wolkersdorf zu einer kleinen regionalen Wanderung auf. Die diesjährige Herbstwanderung führte die sportlichen Senioren auf den Michelberg mit seinem Gipfelkirchlein und auf den Waschberg im Nachbarbezirk Korneuburg.

Gemeinsam mit Traineroriginal **Helmut Brunner-Plosky**, der die „Lebensfreude“ – Gruppe für aktive Senioren nunmehr seit über 4 Jahren betreut und Initiator **Bernhard Ungrad**, ging es vom Goldenen Bründl aus auf den Michelberg und anschließend gleich auf den angrenzenden Waschberg. Belohnt wurden die fleißigen Wanderer mit buntem Herbstlaub und schönen Ausblicken. Selbst die drohenden Regenwolken hatten ein Einsehen und hielten sich im Großen und Ganzen zurück. Nach der genussreichen Wanderung stärkte sich die Gruppe beim Gasthof Steinacker in Harmannsdorf.



Im Frühjahr 2012 gibt's dann wieder die nächste „Abenteuer vor der Haustür“ Wanderung.

Eine gute Möglichkeit sich dazwischen fit zu halten und viel Spaß zu haben ist beispielsweise der Besuch



der Einheit „Lebensfreude a la carte“ mit Helmut Brunner-Plosky, jeweils Montag von 08:30-10:00 Uhr im UNION Sportzentrum in Wolkersdorf.

„Lebensfreude a la carte“ ist für alle über 55-jährigen Männer und Frauen.

**Wir wünschen dir 1 erfolgreiches  
Neues Jahr, 12 gesunde Monate,  
52 schöne Wochen, 366 tolle Tage,  
8784 angenehme Stunden und  
527.040 glückliche  
Minuten.**

**Prosit Neujahr!**



# Weihnachtsfeier 2011

## Rückblick, Ausblick und Besinnliches bei der Weihnachtsfeier der SPORTUNION Wolkersdorf.

Am 7.12. fand die traditionelle Weihnachtsfeier im UNION Sportzentrum statt. Der Vorstand, die ÜbungsleiterInnen, Lehrwarte und TrainerInnen waren gekommen, um einen gemütlichen, aber auch besinnlichen Abend miteinander zu verbringen. Präsident Karl Biedermann bedankte sich bei allen



Anwesenden für die ausgezeichnete Arbeit, die für die UNION geleistet wird. So konnte im abgelaufenen Jahr die Mitgliederzahl von 674 auf 821 gesteigert werden.

Frau Bgm. DI Anni Steindl bedankte sich für die gute Zusammenarbeit mit der Gemeinde. Besonders hob sie das vielfältige Bewegungsprogramm der UNION hervor. Die BewohnerInnen unserer Gemeinde haben hier vom Kleinkind bis zu den Senioren die Möglichkeit, Sport zu betreiben.

Eine besinnliche PP-Präsentation, zusammengestellt von Präsident Karl Biedermann und eine Bilderschau gestaltet von Ing. Bernhard Ungrad, rundeten den gelungenen Abend ab.

## Abenteuer in der Schlossparkhalle

Beim 11. Wolkersdorfer Herblauf gab es erstmals auch ein Rahmenprogramm, vor allem für Kinder, Jugendliche, aber auch für die Erwachsenen.

Während sich die Kinder im Turnsaal bei verschiedensten Bewegungsprogrammen vergnügten, konnten die Erwachsenen z.B. einen Reaktionstest

machen, die Wirbelsäule untersuchen lassen oder auch sich an der Torschusswand erproben.

Das Bewegungsprogramm war in Altersklassen unterteilt: So stand den Kleinsten von 2 bis 6 Jahren unter der Leitung von erfahrenen TrainerInnen ein ganzer Turnsaal zur Verfügung.



Die 6 bis 13-jährigen Kinder vergnügten sich auf der Air Track oder mit dem Sprungtuch. Zum Schluss gab es noch einen Gefängnisausbruch.



Das Bewegungsprogramm für die Kleinsten organisierte Christl Pfaffl, für die Größeren war Ing. Bernhard Ungrad zuständig.



Das TrainerInnenteam der SPORTUNION Wolkersdorf

### IMPRESSUM:

Bewegung für mich , Ausgabe 1/2012

Für den Inhalt verantwortlich:

Sportunion Wolkersdorf

Präsident Karl Biedermann, An einen Haushalt